

С 25 по 31 мая во всём мире проходит Неделя отказа от табака, приуроченная к Всемирному дню без табака 31 мая.

Курение главный, основной модифицируемый фактор риска с наибольшим вкладом в заболеваемость и смертность от НИЗ.

Влияние никотинсодержащей продукции на организм:

затруднение дыхания, возникновение затяжного кашля и одышки;

ухудшение памяти, возможно возникновение нарушения мелкой моторики и координации движений;

регулярное учащение сердцебиения, сердечные заболевания;

низкая выносливость, нервное истощение;

риск развития онкологических заболеваний;

опасность для репродуктивного здоровья.

Не только активное, но и пассивное курение – воздействие вторичного и третичного табачного дыма смертельно опасно для здоровья:

электронные сигареты, вейпы и системы нагревания табака приводят к тем же заболеваниям, что и курение табака;

курение и потребление электронных сигарет влияет на репродуктивное здоровье мужчин и женщин;

курение и потребление электронных сигарет связано развитием ряда инфекций, включая разновидности пневмоний и COVID -19;

курение и потребление электронных сигарет приводят к тяжелой никотиновой зависимости, что затрудняет отказ от курения;

курение является причиной смертности от рака легкого в 90 % всех случаев, от бронхита и эмфиземы в 75 % и от болезни сердца в примерно 25 % всех случаев;

отказ от курения снижает риск смерти на 50 %;

курение при беременности повышает риск выкидыша на 32 %, увеличивает риск рождения ребенка с низкой массой тела (на 89 %);

никотиновую, а также табачную зависимость можно и нужно лечить с помощью медикаментов и эффективной психологической поддержки.